



«Утверждаю»
 Директор МБОУ «Аксубаевская СОШ №3»
 Валиева З.К.
 «18» 01 2024 г.

МЕНЮ (5-11 класс)

Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Закуска							
1 блюдо							
2 блюдо	229	Лябда, приправы в том. с соус.	50/50	105,0	9,05	6,09	3,80
Гарнир	312	Тюбе карто- фришое	150	157,05	3,09	6,98	20,48
Сладкое	342	Компот из св. яблок	200	24,60	0,16	0,16	17,90
Хлеб пшеничный							
Хлеб ржаной	Делу 2012	Хлеб ржаной	30	59,40	1,98	0,36	11,88
	Делу 2012	Печенье	20	63,60	1,46	2,50	8,80
	375	Чай с сахаром	200	490	0,07	0,02	10,01

«Утверждаю»
 Директор МБОУ «Аксубаевская СОШ №3»
 Валиева З.К.
 «18» 01 2024 г.

МЕНЮ (5-11 класс)

Раздел	№ рец	Блюдо	Выход, г	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Закуска							
1 блюдо							
2 блюдо	ТТК	Тефтели кур с фарш. кур. в смет. том. соус	60/40	118,01	3,17	5,19	9,85
Гарнир	203	Макаронки отварные с лу	150/2	169,50	5,68	2,12	31,95
Сладкое	376	Чай «Витаминной» с шиповником	185/10/5	54,20	0,24	0,09	12,43
Хлеб пшеничный							
Хлеб ржаной	Делу 2012	Хлеб ржаной	30	59,40	1,98	0,36	11,88
	ТТК	Пулочки «Домашнее»	50	159,0	3,64	6,26	21,96
	344	Компот из фруктов	200	114,60	0,16	0,16	27,88